

## PŘÍLOHA K PŘIHLÁŠCE DO „PONY KROUŽKU“ TJJ LUCKY Drásov, z.s.

### Výuka dle systému Galops ®

<http://www.cjf.cz/vzdelavani/system-podpory-sportu/galops/>

Jaký přínos má jezdecký sport pro Vaše dítě?

- **zdravý pohyb** – jezdeckví posiluje fyzickou kondici, učí pravidelně dýchat, každý krok koně mobilizuje zádové i břišní svaly, podporuje dobré držení těla a koordinaci pohybu (jezdec odděleně kontroluje ruce a nohy)
- **morálka** – jízda na koni má uklidňující efekt, pomáhá k uvolnění jedince a každý úspěch zvyšuje jeho sebedůvěru
- **život ve společnosti** – jezdeckví je individuální sport praktikovaný ve skupině, pozitivní vliv má pocit sounáležitosti s jinými lidmi, kteří sdílí stejný zájem, dochází k posilování týmového ducha a zejména pro citlivé děti funguje kůň jako mediátor v kontaktu s ostatními
- **život „na vzduchu“** – jezdeckví umožňuje kontakt s přírodou ve všech ročních obdobích
- **osobnostní růst dítěte** – na koni se dítě stává den ode dne zručnější, silnější, zodpovědnější, socializovanější a samostatnější, naučí se vyvinout úsilí, být vytrvalý a aktivní, což urychluje jeho psycho-motorický vývoj

**Členové kroužku se mohou zapsat na jednotlivé lekce, optimální počet dětí na lekci je 6.**

Kroužek bude probíhat v průběhu školního roku mimo prázdnin a svátků. V těchto dnech mohou být vypsány náhradní lekce, nebo lekce navíc.

Na konci školního roku můžou děti složit zkoušky, které je zařadí o stupeň v systému Galopy výš.

Náplň jednotlivých lekcí je jasně daná-viz vzdělávací plán a učebnice Galopy.

Vzhledem k věkovým kategoriím, co předběžně poslali informaci, že mají o kroužek zájem, zařadíme do BP děti do 6 let, od 7 roků by byly již v SP.

#### **DRUHY LEKČÍ:**

- **BP (Bronzový poník):** 45 – 60min lekce, určená pro děti ve věku 4 - 6 let; učení na základě „školy hrou“, výstup: Stříbrná podkůvka
- **SP (Stříbrný poník):** 45 – 60min lekce, určená pro děti, co již navštěvují ZŠ- 7 a více let; výuka pomocí hry a soutěží (pony-games, equifun)
- **ZP (Zlatý poník):** 45-60min lekce, určená pro děti, které dosáhly prvního stupně samostatnosti ve vztahu k poníkovi a jeho prostředí
- **Galop 1:** 45 – 60min lekce, určená pro děti, které již mají zlatého poníka, nebo již absolvovali G1 nebo jsou starší 10let, vedení poníka v kroku i klusu, seznamování s cvalem,
- **Galop 2:** 45 – 60min lekce, určená pro děti, které již mají G1 nebo G2 nebo se na něj připravují; vedení poníka ve všech chodech, seznamování s prvními skoky a jízdou v terénu

- Galop 2+: 45 – 60min lekce, určená pro děti, které již mají G2 a směřují ke G3 (tzn. již zvládají vedení poníka po dané dráze i ve cvalu, bez problémů překonávají malou překážku z klusu, jsou samostatné v základní manipulaci s koněm a péči o něj – sedláni, uzdění, vodění, ustupování, údržba sedla apod.); jízda v terénu, zdokonalování v udílení pomůcek, práce na více překážkách (+ equifun), závodní pony-games

Podrobné vymezení úrovní-vzdělávací plán – viz nástěnka

### **Ceník:**

<b><u>BP, SP, ZP, G1, ...</u></b> (1 lekce – 45-60 min)	<b>300 Kč</b>
<b>Permanentka (5 lekcí)</b>	<b>1200 Kč</b>
<b>Permanentka (10 lekcí)</b>	<b>2250 Kč</b>
<b>Permanentka (20 lekcí)</b>	<b>4000 Kč</b>

*Permanentky jsou nepřenosné (výjimka: mezi sourozenci) a jejich platnost je 3 měsíce.*